

Groepslesrooster

VANAF 1 Jan

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
Les Mills BODYSTEP 09:00 Tineke	SPINNING 09:00 Freddy	Les Mills BODYSTEP 09:00 Tineke	STEPS FREESTYLE 09:00 Tineke	Les Mills BODYBALANCE 08:30 Tineke
FUNCTIONELE TRAINING 10:00 Marc	STEPS FREESTYLE 09:00 Tineke	YOGA 09:00 Hatice	Circuit Training HIIT 09:00 Bianca	Les Mills BODYPUMP 09:00 Ronald
Les Mills BODYSTEP 19:00 Terra	Circuit Training HIIT 18:45 Bianca	PUMP FREESTYLE 09:00 Bianca	FUNCTIONELE TRAINING 10:00 Bianca	Les Mills Dance 09:30 Bianca
ZUMBA 19:00 Milly	OUTDOOR BOOTCAMP 19:30 Marc	MIND & PILATES 10:00 Hatice	FUNCTIONELE TRAINING 19:30 Valli	BOXING 10:00 Albert
BOXING 19:15 Albert	Les Mills GRIT 19:30 Brenda	SPINNING 19:00	Les Mills GRIT 19:30 Brenda	Shape 10:00 Brenda
Les Mills RPM 19:30 Wietse	Les Mills Dance 19:30 Bianca	ZUMBA 19:00 Milly	Les Mills BODYPUMP 20:00 Brenda	Big 5 training 19:00 valli
Les Mills BODYBALANCE 20:00 Tineke	Tabata 20:00 Brenda	FUNCTIONELE TRAINING 20:00 Ronald		
Les Mills BODYPUMP 20:00 Brenda		Les Mills BODYSTEP 20:00 Tineke/Terra		
FUNCTIONELE TRAINING 20:00 Valli				

ZATERDAG
Les Mills BODYPUMP 10:00 Brenda



Zaal 1 tijd Spinning tijd Zaal 2 tijd Virtuele les tijd Fitnesszaal tijd Buiten tijd